

# アンダージュニアボクシング

## 演技競技規則

### 1. 体重区分(小中学生共通)

- 超軽量級   ～40kg 迄
- 軽量級     ～50kg 迄
- 軽中量級   ～59kg 迄
- 中量級     ～71kg まで
- 重量級     ～71kg 超過

### 2. 健診項目

原則として実戦競技と同様である。但し視力検査とCT検査は必要としない。

### 3. 年齢区分

小学1年生以上中学3年生以下の男子又は女子。(小学生の部と中学生の部と分けることも可とする)

※今年度IJ規則の変更点

### 4. 採点法

各演技種目の内、チェックポイントごとに10点法で採点。

他に独自の種目を加える事も可とする。

### 5. 認定

A級:採点が81パーセント以上の選手。

但し、日本連盟主催に於ける演技の場合に限る。

B級:採点結果が61パーセント以上の選手。

但しブロック連盟又は日本連盟主催に於ける演技の場合に限る。

C級:採点が41パーセント以上60パーセント以下の選手。

D級:採点が21パーセント以上40パーセント以下の選手。

E級:採点が20パーセント以下の選手。

### 6. 演技種目と採点ポイント

#### イ 体力

- (1)ロープ   2分、1ないし2R(10点)
- (2)腹筋     10ないし30回、1回当たり2秒程度(10点)
- (3)腕立て伏せ 10ないし30回、1回当たり2秒程度(10点)

#### ロ 打撃

- (1)前の手のストレート(10点)
- (2)後ろの手のストレート(10点)
- (3)ワン・ツー(10点)
- (4)ワン・ツー・スリー(10点)

#### 採点ポイント

- ① スピード, ② 腰の回転, ③ 肩の重み, ④ 他方の手の防御, ⑤ ナックルパートで打っているか,
- ⑥ 打撃後の基本体勢の維持等

#### ハ シャドウボクシング 自由に2分、1ないし3R

- (1)フットワーク(10点)   ① 体重移動の適正, ② すり足等
- (2)防御(ガード)(10点)   ① 防御の構えの保持
- (3)スピード(10点)       ① 打撃やフットワークの素早さ
- (4)よく考えて動いているか(10点) ① 攻撃と防御のコンビネーション等
- (5)全体のバランス(10点) ① 移動の円滑, ② 移動後の攻撃と防御の体勢のバランス等

## ニ 防禦から攻撃

攻撃する人は、選手同志又は審判員若しくは審判員が指定する人も可。

攻撃に際し審判員がグローブでなくミットを用い、ミットで受ける事も可。

### (1)前の手のストレートに対し

- ① パーリングして前の手のストレートで攻撃(10点)
- ② バックステップして2〜3発のストレートで攻撃(10点)

### (2)ワン・ツーに対して

- ① パーリングして2〜3発のストレートで攻撃(10点)
- ② バックステップして3〜4発のストレートで攻撃(10点)

### (3)前の手のストレートに対し後ろの手のカウンター(10点)

## ホ サンドバック(ミット打ちも可とする)

自由に2分2R, 下記注意点毎に採点する。

途中1R毎に15秒ダッシュを2回入れる。1回目、45秒〜1分・2回目、1分45秒〜2分

(1)正しく打っているか(10点)口の打撃のチェックポイント参照

(2)強く打っているか(10点)①身体や肩の重みを加えているか

(3)よく考えているか(10点)①コンビネーション ②上下左右の打分け③フットワークとの連動等

(4)スタミナはあるか(10点)①手数を出しているか②息切れや身体のブレが無い